

GAS
communication

NOW PART OF
AIM COMMUNICATION

Rassegna Stampa



INDICE

SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB

30/06/2021 ilsecoloxix.it	4
MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza	
30/06/2021 lastampa.it	6
MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza	
30/06/2021 Repubblica.it	8
MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza	
30/06/2021 salute.eu	10
MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza	

SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB

4 articoli

MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza

LINK: https://www.ilsecoloxix.it/salute/2021/06/30/news/medwalk_dieta_sana_e_passeggiate_quotidiane_per_prevenire_la_demenza-308035698/



MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza di Giulia Masoero Regis Dall'unione di "mediterranean diet" e "walking" la messa a punto non solo di uno stile di vita sano ma anche di un metodo. Con effetti sui fattori di rischio di Alzheimer e sul declino cognitivo fisiologico. L'esperimento è da poco partito in Australia MedWalk, cioè "mediterranean diet" più "walking". Sulla carta una fusione di termini per esprimere lo stile di vita sano per eccellenza, nella pratica un metodo studiato per dimostrare che prevenire la demenza è possibile. L'esperimento, il MedWalk Trial, è da poco partito in Australia: 364 soggetti reclutati, tra i 60 e i 90 anni, sani, residenti in diverse aree della Vittoria e dell'Australia meridionale. Il campione verrà seguito per 24 mesi e sarà diviso in due gruppi, come sempre quando si deve fare un confronto per verificare l'efficacia di un intervento o

di una terapia, in questo caso dieta sana combinata a passeggiate quotidiane. Un gruppo seguirà la "vita normale", l'altro mangerà mediterraneo e farà più esercizio fisico seguendo sessioni motivazionali e dietetiche regolari. La demenza è un disturbo ad alta incidenza, non solo nella popolazione australiana, ma in tutto il mondo. In Italia, secondo gli ultimi dati forniti dalla Società italiana di Neurologia, interessa oltre un milione di persone (720 mila sono invece quelle colpite da Alzheimer, che è la condizione di maggior rischio per lo sviluppo di disturbi cognitivi nell'anziano). Come tutte le malattie croniche, la demenza pesa notevolmente sui sistemi sanitari nazionali e dato che non esistono ancora efficaci metodi di cura, si punta molto sulla prevenzione. "L'esperimento australiano non sta cercando di dimostrare nulla di nuovo", commenta Alessandro Padovani, segretario

nazionale della Società italiana di neurologia. "Però effettivamente abbiamo tanti dati da studi epidemiologici e pochi da studi di intervento, con un paragone concreto di stili di vita". Uno dei più famosi è lo studio Finger, pubblicato nel 2015 su The Lancet. "Tra gli autori c'è la neuroscienziata finlandese Miiia Kivipelto, famosa per aver creato, tre anni fa, una rete globale di centri di ricerca in cui sono stati replicati i dati dell'esperimento originario. E cioè che programmi standardizzati di dieta, stimolazione cognitiva e fisica sono in grado, su persone anziane con disturbi oppure sane, di migliorare le prestazioni cognitive". Con alcuni effetti collaterali. "Nei pazienti più fragili l'attività fisica ha causato cadute e traumi" specifica l'esperto. "Quindi va fatta una valutazione rischi e benefici". L'effetto del metodo MedWalk sulla demenza può essere sia indiretto (sui fattori di rischio di demenza e

Alzheimer), sia diretto (sul declino cognitivo fisiologico). "Ad esempio, sappiamo che la dieta mediterranea riduce il rischio di diabete e che un'alimentazione sana unita all'esercizio fisico può abbattere quello di ipertensione e malattie cardiovascolari, tutti e tre fattori di rischio per i disturbi neurodegenerativi" ricorda Padovani. Per quanto riguarda gli effetti diretti, invece, "è dimostrato che gli acidi grassi polinsaturi, ossia gli omega 3, di cui è ricca una dieta mediterranea che porta in tavola tanto pesce azzurro e frutta secca a guscio, contrastano l'accumulo di betamiloide, la proteina colpevole dei principali aspetti neuropatologici della demenza e dell'Alzheimer". I benefici combinati di dieta e movimento sono sempre più evidenti per la comunità medico-scientifica. La vera sfida è traslare il metodo nella vita reale, fuori da centri ed esperimenti controllati.

MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza

LINK: https://www.lastampa.it/salute/2021/06/30/news/medwalk_dieta_sana_e_passeggiate_quotidiane_per_prevenire_la_demenza-308035698/

MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza Dall'unione di "mediterranean diet" e "walking" la messa a punto non solo di uno stile di vita sano ma anche di un metodo. Con effetti sui fattori di rischio di Alzheimer e sul declino cognitivo fisiologico. L'esperimento è da poco partito in Australia 30 Giugno, 2021 MedWalk, cioè "mediterranean diet" più "walking". Sulla carta una fusione di termini per esprimere lo stile di vita sano per eccellenza, nella pratica un metodo studiato per dimostrare che prevenire la demenza è possibile. L'esperimento, il MedWalk Trial, è da poco partito in Australia: 364 soggetti reclutati, tra i 60 e i 90 anni, sani, residenti in diverse aree della Vittoria e dell'Australia meridionale. Il campione verrà seguito per 24 mesi e sarà diviso in due gruppi, come sempre quando si deve fare un confronto per verificare l'efficacia di un intervento o di una terapia, in questo caso dieta sana combinata a passeggiate quotidiane. Un gruppo seguirà la "vita normale", l'altro mangerà mediterraneo e farà più esercizio fisico seguendo sessioni motivazionali e

dietetiche regolari. La demenza è un disturbo ad alta incidenza, non solo nella popolazione australiana, ma in tutto il mondo. In Italia, secondo gli ultimi dati forniti dalla **Società italiana di Neurologia**, interessa oltre un milione di persone (720 mila sono invece quelle colpite da Alzheimer, che è la condizione di maggior rischio per lo sviluppo di disturbi cognitivi nell'anziano). Come tutte le malattie croniche, la demenza pesa notevolmente sui sistemi sanitari nazionali e dato che non esistono ancora efficaci metodi di cura, si punta molto sulla prevenzione. "L'esperimento australiano non sta cercando di dimostrare nulla di nuovo", commenta Alessandro Padovani, segretario nazionale della **Società italiana di neurologia**. "Però effettivamente abbiamo tanti dati da studi epidemiologici e pochi da studi di intervento, con un paragone concreto di stili di vita". Uno dei più famosi è lo studio Finger, pubblicato nel 2015 su The Lancet. "Tra gli autori c'è la neuroscienziata finlandese Miia Kivipelto, famosa per aver creato, tre anni fa, una rete globale di centri di

ricerca in cui sono stati replicati i dati dell'esperimento originario. E cioè che programmi standardizzati di dieta, stimolazione cognitiva e fisica sono in grado, su persone anziane con disturbi oppure sane, di migliorare le prestazioni cognitive". Con alcuni effetti collaterali. "Nei pazienti più fragili l'attività fisica ha causato cadute e traumi" specifica l'esperto. "Quindi va fatta una valutazione rischi e benefici". L'effetto del metodo MedWalk sulla demenza può essere sia indiretto (sui fattori di rischio di demenza e Alzheimer), sia diretto (sul declino cognitivo fisiologico). "Ad esempio, sappiamo che la dieta mediterranea riduce il rischio di diabete e che un'alimentazione sana unita all'esercizio fisico può abbattere quello di ipertensione e malattie cardiovascolari, tutti e tre fattori di rischio per i disturbi neurodegenerativi" ricorda Padovani. Per quanto riguarda gli effetti diretti, invece, "è dimostrato che gli acidi grassi polinsaturi, ossia gli omega 3, di cui è ricca una dieta mediterranea che porta in tavola tanto pesce azzurro e frutta secca a

guscio, contrastano l'accumulo di betamiloide, la proteina colpevole dei principali aspetti neuropatologici della demenza e dell'Alzheimer". I benefici combinati di dieta e movimento sono sempre più evidenti per la comunità medico-scientifica. La vera sfida è traslare il metodo nella vita reale, fuori da centri ed esperimenti controllati.

MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza

LINK: https://www.repubblica.it/salute/2021/06/30/news/medwalk_dieta_sana_e_passeggiate_quotidiane_per_prevenire_la_demenza-308035698/

MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza Dall'unione di "mediterranean diet" e "walking" la messa a punto non solo di uno stile di vita sano ma anche di un metodo. Con effetti sui fattori di rischio di Alzheimer e sul declino cognitivo fisiologico. L'esperimento è da poco partito in Australia di: Giulia Masoero Regis 30 Giugno, 2021 MedWalk, cioè "mediterranean diet" più "walking". Sulla carta una fusione di termini per esprimere lo stile di vita sano per eccellenza, nella pratica un metodo studiato per dimostrare che prevenire la demenza è possibile. L'esperimento, il MedWalk Trial, è da poco partito in Australia: 364 soggetti reclutati, tra i 60 e i 90 anni, sani, residenti in diverse aree della Vittoria e dell'Australia meridionale. Il campione verrà seguito per 24 mesi e sarà diviso in due gruppi, come sempre quando si deve fare un confronto per verificare l'efficacia di un intervento o di una terapia, in questo caso dieta sana combinata a passeggiate quotidiane. Un gruppo seguirà la "vita normale", l'altro mangerà mediterraneo e farà più esercizio fisico seguendo

sessioni motivazionali e dietetiche regolari. La demenza è un disturbo ad alta incidenza, non solo nella popolazione australiana, ma in tutto il mondo. In Italia, secondo gli ultimi dati forniti dalla Società italiana di Neurologia, interessa oltre un milione di persone (720 mila sono invece quelle colpite da Alzheimer, che è la condizione di maggior rischio per lo sviluppo di disturbi cognitivi nell'anziano). Come tutte le malattie croniche, la demenza pesa notevolmente sui sistemi sanitari nazionali e dato che non esistono ancora efficaci metodi di cura, si punta molto sulla prevenzione. "L'esperimento australiano non sta cercando di dimostrare nulla di nuovo", commenta Alessandro Padovani, segretario nazionale della Società italiana di neurologia. "Però effettivamente abbiamo tanti dati da studi epidemiologici e pochi da studi di intervento, con un paragone concreto di stili di vita". Uno dei più famosi è lo studio Finger, pubblicato nel 2015 su The Lancet. "Tra gli autori c'è la neuroscienziata finlandese Miia Kivipelto, famosa per aver creato, tre anni fa, una

rete globale di centri di ricerca in cui sono stati replicati i dati dell'esperimento originario. E cioè che programmi standardizzati di dieta, stimolazione cognitiva e fisica sono in grado, su persone anziane con disturbi oppure sane, di migliorare le prestazioni cognitive". Con alcuni effetti collaterali. "Nei pazienti più fragili l'attività fisica ha causato cadute e traumi" specifica l'esperto. "Quindi va fatta una valutazione rischi e benefici". L'effetto del metodo MedWalk sulla demenza può essere sia indiretto (sui fattori di rischio di demenza e Alzheimer), sia diretto (sul declino cognitivo fisiologico). "Ad esempio, sappiamo che la dieta mediterranea riduce il rischio di diabete e che un'alimentazione sana unita all'esercizio fisico può abbattere quello di ipertensione e malattie cardiovascolari, tutti e tre fattori di rischio per i disturbi neurodegenerativi" ricorda Padovani. Per quanto riguarda gli effetti diretti, invece, "è dimostrato che gli acidi grassi polinsaturi, ossia gli omega 3, di cui è ricca una dieta mediterranea che porta in tavola tanto pesce

azzurro e frutta secca a guscio, contrastano l'accumulo di betamiloide, la proteina colpevole dei principali aspetti neuropatologici della demenza e dell'Alzheimer". I benefici combinati di dieta e movimento sono sempre più evidenti per la comunità medico-scientifica. La vera sfida è traslare il metodo nella vita reale, fuori da centri ed esperimenti controllati.

MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza

LINK: https://www.salute.eu/2021/06/30/news/medwalk_dieta_sana_e_passeggiate_quotidiane_per_prevenire_la_demenza-308035698/



MedWalk: dieta sana e passeggiate per prevenire la demenza di Giulia Masoero Regis Dall'unione di "mediterranean diet" e "walking" la messa a punto non solo di uno stile di vita sano ma anche di un metodo. Con effetti sui fattori di rischio di Alzheimer e sul declino cognitivo fisiologico. L'esperimento è da poco partito in Australia 30 Giugno 2021 2 minuti di lettura MedWalk, cioè "mediterranean diet" più "walking". Sulla carta una fusione di termini per esprimere lo stile di vita sano per eccellenza, nella pratica un metodo studiato per dimostrare che prevenire la demenza è possibile. L'esperimento, il MedWalk Trial, è da poco partito in Australia: 364 soggetti reclutati, tra i 60 e i 90 anni, sani, residenti in diverse aree della Vittoria e dell'Australia meridionale. Il campione verrà seguito per 24 mesi e sarà diviso in due gruppi, come sempre quando si deve fare un confronto per verificare

l'efficacia di un intervento o di una terapia, in questo caso dieta sana combinata a passeggiate quotidiane. Un gruppo seguirà la "vita normale", l'altro mangerà mediterraneo e farà più esercizio fisico seguendo sessioni motivazionali e dietetiche regolari. Alzheimer, dieta e attività fisica proteggono anche chi è geneticamente a rischio di Elena de Stabile 06 Giugno 2021 La demenza è un disturbo ad alta incidenza, non solo nella popolazione australiana, ma in tutto il mondo. In Italia, secondo gli ultimi dati forniti dalla **Società italiana di Neurologia**, interessa oltre un milione di persone (720 mila sono invece quelle colpite da Alzheimer, che è la condizione di maggior rischio per lo sviluppo di disturbi cognitivi nell'anziano). Come tutte le malattie croniche, la demenza pesa notevolmente sui sistemi sanitari nazionali e dato che non esistono ancora efficaci metodi di cura, si punta molto sulla prevenzione.

"L'esperimento australiano non sta cercando di dimostrare nulla di nuovo", commenta Alessandro Padovani, segretario nazionale della **Società italiana di neurologia**. "Però effettivamente abbiamo tanti dati da studi epidemiologici e pochi da studi di intervento, con un paragone concreto di stili di vita". Uno dei più famosi è lo studio Finger, pubblicato nel 2015 su The Lancet. "Tra gli autori c'è la neuroscienziata finlandese Miiia Kivipelto, famosa per aver creato, tre anni fa, una rete globale di centri di ricerca in cui sono stati replicati i dati dell'esperimento originario. E cioè che programmi standardizzati di dieta, stimolazione cognitiva e fisica sono in grado, su persone anziane con disturbi oppure sane, di migliorare le prestazioni cognitive". Con alcuni effetti collaterali. "Nei pazienti più fragili l'attività fisica ha causato cadute e traumi" specifica l'esperto. "Quindi va fatta una valutazione

rischi e benefici". L'effetto del metodo MedWalk sulla demenza può essere sia indiretto (sui fattori di rischio di demenza e Alzheimer), sia diretto (sul declino cognitivo fisiologico). "Ad esempio, sappiamo che la dieta mediterranea riduce il rischio di diabete e che un'alimentazione sana unita all'esercizio fisico può abbattere quello di ipertensione e malattie cardiovascolari, tutti e tre fattori di rischio per i disturbi neurodegenerativi" ricorda Padovani. Per quanto riguarda gli effetti diretti, invece, "è dimostrato che gli acidi grassi polinsaturi, ossia gli omega 3, di cui è ricca una dieta mediterranea che porta in tavola tanto pesce azzurro e frutta secca a guscio, contrastano l'accumulo di betamiloide, la proteina colpevole dei principali aspetti neuropatologici della demenza e dell'Alzheimer". "Il primo farmaco contro l'Alzheimer cambierà la storia della malattia" di Giuliano Aluffi 08 Giugno 2021 I benefici combinati di dieta e movimento sono sempre più evidenti per la comunità medico-scientifica. La vera sfida è traslare il metodo nella vita reale, fuori da centri ed esperimenti controllati.